▲敬告投稿者

本報全體同人常期撰述，固已無需外界投稿，但愛讀諸君，如有自己之經驗心得，足增他人常識者，或足以勸導指迷與改良生活，亦當擇尤發表，惟必須遵照下列條件(一)褻穢之稿件，絕對拒絕，(二)滿一千字以上之稿件不收(三)不切實用之稿件不收，未完之稿件不收(四)來稿宜介紹實用智識與經驗，勸導指迷與改良生活，違此不收，(五)攻擊他人之稿件，絕對拒絕(六)願得「現金」者先請聲明，否則爲本報若干期爲酬，(七)稿上未蓋章者作卻酬論，取酬須憑本館所發之「領酬券」。

□歡迎加入

□投稿比賽□現金爲獎□每期『發表』

本報爲鼓勵讀者興趣起見。特舉行投稿比賽。以答愛護本報諸君。優勝稿件概於稿末註明『以某等獎』。按期發表。獎金計分甲等三元。乙等二元。丙等一元。丁等五角。戊等二角。發表十日後。即可憑券領取現金。以二月爲期。過限作爲卻酬論。獎應預先來函聲明。當將『領酬券』寄奉。凡加入比賽者須於稿末開明詳細姓名住址幷蓋印章。否則作卻獎論。

常識

胡適題

第二六八期

(民國十九年六月廿四日)

■每份售洋二分■

(館址)上海南京路五十六號

■定報價目

每三日出一張本外埠六個月一元五角全年二元半寄費在內國外定報照價加一元郵票代現九五計值

■廣告價目

每期每格(共計五方寸)五元均排於新聞之旁。如嵌入新聞中及長期面議

休閑生活與民衆體育

(張仲鶴)

上海有二百七十萬人口的一個大都會。的確可以稱雄亞細亞。但除掉物質文明之外。身心上的調和。只有幾家貴族的戲院浪漫的咖啡店。給一般紈袴遊手的人們享受。要是說到民衆們的休閒生活、那簡直談不到。大部分的原因、是受金融和時間的支配。處在這樣黯無天日之生活中。將來的上海民衆體魄。或者要打出一個極可怕的大疑問符號，本文從人生觀的立點上。說到整個的身心和精神上的生活。讀者可三思其意。仲鶴附註。

做工的每天要求八小時的工作。大商店的職員到五點鐘就走出了店門。星期日各機關。都得休息一天。機械的效能。一天一天的增加。同時人們本身的工作時間。可以一天一天的減少下來。譬如美國是工業最發達的國家。據最近調查．美國人平均每人可僱用幾十個機器奴隸。換言之就是他們有很多的機器僕役來代替他們本身去工作。美國人可以每天本身做工的時間很少。而生產力也並不會減降於別國的。這就是機器效能增加。人們可以減少工作時間的明證。所以照科學發達迅速之理想猜測。將來工人每天作工一二小時也就夠了。這確是可能的事。歐美有少數工廠。工人作工已經不滿八小時了。

到這裏。個人和全社會。就發生了一個重大問題。就是人類的工作時間因機械的改進而減少。那末每人每天餘下來的時間。怎麼樣的消磨。「飽食而思淫亂」這是吾國古人的一句經驗話。的確。休閒生活應如何才是正當。已成爲研究社會學的一個大問題。尤其在機械工業沒發達的國家。來得需要討論。

中國本來是個工業落後的國家。就是全國工人每天做上十七八小時的工作。也及不得人家的生產力。那末難道談不到休閒生活嗎。這確不然。什麼人都有他的休閒時間休閒生活。並且上海社會上很有許多承受遺產的高等遊民。及一般無賴之徒。一天到晚是不做工的。可說是一天到晚在休閒生活中。所以民衆的休閒生活應如何的指導。實在是一個重要問題。吾們不管他們是有職業的。無工作做的。總之照現狀看來。都有改善他們的休閒生活的必要。在後有談到改善之先。吾們先得調查一下。上海人的休閒生活是怎樣。各個遊戲場裏。不論白晝黑晚。都擠滿了人頭。幾千家的茶舖子裏。也都佔滿了座位。賭窟裏。妓院中。烟舖內。也無不生意興隆。常有客滿之患。好了。夠了。這就是上海人的休閒生活。

吾們試想這種生活對於個人社會國家。是得到一個什麼影響。在個人是墮落。在社會是腐敗。在國家是衰弱。不僅如此。最大的危象。就是使得各個人的身體虛弱。造成病夫。影響到整個民地之健全與否。照這樣的情形繼續下去。定夠自己使自己的民族衰亡而有餘。

唯一的救濟方法。吾覺得祇有利用休閒生活來提倡民衆體育的一途。各國對於這點已很注意。獨是吾們很少人來提倡。吾們應設法如何使

本期要目

(一)休閒生活與民衆體育
(二)兩件答案
(三)職業的種種
(四)蠶飢妾欲去
(五)這種小事都辦不到嗎
(六)零縑片玉
(七)售油之黑幕
(八)治肝胃痛之良方

本報是青年之良友　社會之導師

三和公司獨家經理貨物之一部

本公司成立有年。信用卓著。經營中外貿易出口。代辦進貨。郵購。批發與零售。計分下列各部
□進出口部□辦理中外貿易事宜
□代辦郵購部□專爲便利外埠顧客。與華僑。服務週到迅速。信用卓著。因熟識商情。可得優待價格。收佣僅五厘。

□門市部□爲便利顧客特另闢一處零售各貨。擬設分部於各中地點。現已分設一處。

□推廣部□本部有推銷各種貨物之能力并代登廣告。不另取費。以利有貨難銷者。兼售貨品寄售書籍藥品。又可充爲出品者之發行所。蓋本總分公司兩處地點極爲適中。所以節省製造者之開銷與麻煩也。有貨託銷須向總公司林君接洽。

□總經理貨物之一部□（一）『安加（一）定製男女絨線衫（二）各色運勸背心（三）銅油揩布（四）避雨雪布（五）YA乒乓球（六）天瑪牌標準乒乓球（七）中外電影照片（八）最新發明新奇照斤（九）優等標準乒乓用具（十）美術風景照片鏡框（十一）中國橋影學會出品（十二）八卦製藥社出品

□總公司　上海南京路五十六號
□分公司　北四川路五〇五號

□治肝胃氣痛之良方

(曹永康)

余去年曾患肝胃氣痛一病，且肝胃之兩端，氣悶而痛甚，又不便呼吸，雖經中西各醫治之，仍未見效而日夜憂悶不堪，一日忽老友范君抵舍，告予一祕方療治，不數日，即全愈。余錄之於下，

用新鮮紅玫瑰花一百朵，去其梗底。黑棗五十個，同水煮熟，去棗之皮核，將二物同放一處，拷成糊漿，(不必放水)做成銅元大之式樣一百個每日放飯鍋內蒸之。共蒸須要七次，遂放入大陽光下曬干，每日早午時食二次同開水送下每次食四個，不至數日即能全愈而能永遠不發，不妨試之便知。

須知　本報擔保定閱滿意　否則退報還洋

□攝影畫報爲全國首屈一指之畫報▲足以增進優美之生活
□全用活體字黃銅版紙排印▲報界創舉

圖文雙絕　印刷驚人　宗旨純正　信用卓著

攝影畫報

(林澤蒼主幹)

精神飽滿　成績過人　風行七年　大衆歡迎

本報特殊優點　▲爲他報所辦不到者

一、用活體字排印空前報紙
二、自定黃銅版紙專給定戶
三、外國技師製印異常清晰
四、創照書本格局可訂成書
五、婦女閱者特多合其心理
六、迎合青年胃口透切深刻
七、七年從未停頓足證可靠
八、開攝影研究欄討論斯術
九、介紹電影圖文並列歌譜
十、有趣味有價值十全十美

本報全用此種活體字排印美麗可愛更能滿意

尤爲婦女所愛閱▲更受青年之傾倒

報癮　定閱本報者三五年而不斷。每來函贊許本報內容之特別精良。魔力極大。致閱一本報成癮云云。蓋本報爲中國唯一有趣味有價值之美術刊物。華麗無比時髦新派。又多貴族新聞界畫界婦女生活與學生消息。且資本雄厚。主持者有學識經驗及人格。處處考究。精益求精。雖與他報不同。只求閱報者滿意而不顧犧牲之浩大。蓋本報志在宣傳美化。普及推廣。絕非牟利性質。至於信用則更爲穩固。七年按期出版。定閱者已有數萬餘名。均可爲證外。又得華商三和公司與中國攝影學會聯合擔保。故諸君不必遲疑。速即定閱

全年報費二元五角(外埠郵費在內) 特價僅收二元 (國外僅加一元) 試閱報 附郵二角即寄 上海南京路五十六號 攝影畫報社

□特刊徵稿

本報現擬二百七十期後。出一特刊。徵求稿件。以關於『男女學生暑期休假之娛樂運動交際等』爲限。給酬從優。名曰『消暑特刊』。

□獨家發售

各種乒乓用具

標準特製乒乓棹	五十六元
標準四夾木乒乓板	五角
標準三夾木乒乓板	四角
標準網柱(伸出檯外)	每對二元五角
國貨綠織乒乓網	四角及六角
國貨聯環牌乒乓球	每打小洋一元
新出外國乒乓球	每打一元五角
代售『乒乓規則』	一角

上海唯一乒乓商店　華商三和公司　南京路五十六號　北四川路口海大戲院隔壁　本公司第二門市部均有出售

□娟秀美麗絲巾

本公司新到娟秀美麗絲巾。花卉鳥獸。種類繁多。至爲美觀。定價極廉。每條僅售四角五角或六角。任憑選擇。男女均可用。

□輕便旅行椅

春日每多旅行或遊園。在疲乏之時若無地可坐。至爲不便。茲特新出一種鋼製之輕便旅行椅。可以摺疊。攜帶極便。可載重三百磅。大塊頭亦可用。每椅特價二元。

南京路五十六號　上海大戲院隔壁

三和總公司　三和分公司　合啓

接上文　休閒生活與民眾體育

得民眾在休閒坐生活中來鍛練自己的身體。而這種鍛練的方法。恰好也是很有興趣。可以恢復疲勞而不至枯燥的。現在上海特別市公共體育場一一在南市大吉路。一在吳淞。現在市教育局尚有第三第四公共體育場的建設。一及勞神父路之中華足球場。中華田徑場等皆每日開放、不佞希望大家在休閒生活中。少到幾次遊戲場賭窟：：而增加興趣在露天的體育場上盼望大家組織多量的球隊。很多的國術團體。以及野外賽跑競走隊：：等：都自動的結合組織起來。這種結果。非但各個人的身體可以得到健康。享受很多利益。就是中華民族能夠永久的生存下去。我認為休閒生活中精神的修養和娛樂具有必要的。而身體的鍛練。更其是十二萬分的重要。吾不禁大聲疾呼日「利用休閒生活來提倡民眾體育」啊。（丁）

□兩件答案

見常識報第二五一期載有徵求答案二則。鄙人興之所至。聊貢愚見。是否有當。請編輯先生不吝筆墨有以教之。

（一）受過教育的女子嫁了一個無智識的男子如何對付。

此種情形結合成為夫婦的。多半出於舊禮教勢力卜即父母之命而配合。但是現下新潮流自由戀愛而結婚的。決沒有這樣的。所以既然成為夫妻。女子方面依賴男子、為謀兩性永久幸福起見。則女的不妨每日規定數小時的工夫。教授丈夫些應知常識科學等等。如此則兩性的愛情格外濃厚。不但家庭幸福無窮。即男子因慢慢的受得學識後。於他的前程亦有相當的進步。此亦理想中應有的事也。倘若像本月四日上海新聞報第四張所載之沈小妹不願與劉阿六結婚。請求解約。因為劉阿六戇頭戇腦患有神經病。如此則受教育的女子嫁得似劉阿六之丈夫。即細心教他也是無用。當然夫婦間感情全無。不如早日離婚為妙。

（二）大學畢業生娶了一個未受教育的女子如何處置。

遇此情況。若女子對於家務。能耐勞維持。井井有條。決不是愚笨的女子、亦不妨每天用一二小時的工夫教教她平民千字課等等由淺而深。只要她能寫信記賬也就可以幫助丈夫不少。若是女子頑愚不靈。性情粗暴。不聽丈夫教訓。當然兩性問無有情愛。為避免兩方痛苦起見。不如早日離異。（唐關福）

□職業的種種（長弓）

人不能和社會分離而獨自生存。而社會之所以能生存。全靠眾人能各盡其能。分工合作、互相供給生活上種種必需的東西。所以我們要各有職業。為羣眾服務。假使有人不肯做職業。祇知喫着遊戲。請他自己問問。「人都辛辛苦苦、為社會服務。獨有你沒有什麼供獻。豈非一個蠹蟲嗎。並且連牛馬也在耕田拉車、雞狗也—報曉守門。蠶蜂也都在吐絲釀蜜。你是一個稱為「萬物之靈」的人。祇知坐喫。豈不是連飛禽走獸爬虫都不如嗎。古人說。強國之道。在無遊民。因為遊民多了。哪個國家。消費多生產少。那麼生活便難。遊民為飢寒所迫。便要挺險做盜賊。不是很危險的嗎。所以近來英國日本的政府。都在努力底解決國民的失業問題。

職業的範圍大極了。種類也多極了。一生產事業。如農。工。商。林。礦。漁。獵。畜牧。二文化事業。如教育。藝術。科學。新聞。三交通事業。如郵。電。船。車。轉運。四金融事業。如銀行。錢號。此外還有官吏。律師。醫生。藥劑師。也都是社會中必不可缺的職業。除了第一項生產事業。對於社會直接生利外。餘多是間接生利的。而農工商是富國的根本。更為重要。

職業和婚姻一般的重要。在選擇的時候。應該和選擇婚姻的一樣謹慎。否則。隨便擇一職業勉強為之。你和社會二方面。都沒有裨益。所以選擇的時候。應該注意。一。那個職業。是否和我的性情相近。否則。我既不願。強我為之。自然沒有什麼成績可談。二。我的才能。能否勝任那個職業。如其不能。不可勉強。否則。不但你自己感到非常的痛苦。並且社會也沒有受到益處。三。那種職業。是否為社會所需要。職業原是為社會服務。今你去做社會不需要的事。不祇是你白費才力光陰。並且社會也無利益。此外家庭狀況。和選擇職業也有頗大的關係。所以要得滿意的職業。便要慎選擇。

職業既選定了。便要盡力做去。不要一味的敷衍。應該將你所有的精神才力。全都灌在職業上。使牠開出燦爛之花。你也有非常的光榮。但是要職業發展。不祇是盡力。並且要有健全的體格。富足的才智。堅忍的精神。做事要忠實。有恆。勤慎、耐勞。有信用。有禮貌。如此自己職業地位鞏固。不致有失業之慘。並且職業也能發展。上面不是說過欲謀職業的發展。要有健全的體格所以我們擔任職業後。便要注意衛生。對於起居飲食勞逸。都該注意。假使工作時。多用了目力。宜時時閉目靜養。或遠望野景。多用體力的。宜常常沐浴。多坐的應該走走。不可貪圖多得工資。加多工作時間。或加重工作。在早起和工作完畢後。宜做些運動。操練身體。不可工作之後。飲酒。吸烟。賭博、嫖妓。因為有害身心。我們不能一天到晚工作。應該休息休息。或做些正當娛樂來怡悅性情。使生活不致枯燥。正當的娛樂很多。如遊公園。習音樂。學書畫。猜謎。下棋。釣魚。種植。畜養。都能娛樂性情。作事高興。但是不宜過度。否則。不免荒廢職業。每見一般青年。不問自己才能。一味只想做高大的事業。不屑做小職業、因此便以為無業可做。終日遊蕩。豈不可惜、要知職業雖有大小難易。但都是社會必不可缺。所以各種職業的價值。都是相等。從事職業的人、也沒有尊貴卑賤之分。一個人只要有業。只要盡職。便是清道夫。也要算是社會的健全份子。所以青年要高處着想。低處下手才是。

我們從事職業。目的不可專為自己爭名利。謀幸福。應該為國家社會羣要謀幸福。

一律八折

攝影畫報

□有價值之美術刊物　□接近婦女學生界等

圖文雙絕　印刷驚人　宗旨純正　信用卓著

□出版五年有切實保證□

本報志在宣傳美化普及推廣絕非牟利性質。被讚者公認為華麗漂亮時髦新派高尚之週刊。且於商界新聞亦極注意。現特價八折全年連寄費僅二元。可向本報直接定閱接洽。函索樣張。附郵四分即贈。

上海南京路五十六號本報啟

婦女生活

少女協助會編

□蠶飢妾欲去□（明既）

五畝之宅。樹之以桑。以農立國的中華。婦女們的職業。除了治家外。紡織是唯一的生產力。飼蠶吐絲。種蔴刺錦。催耕鳴即助冀缺耕。促織鳴即效孟母織。順其天時。盡我人力。表面上男子治外。女子治內。實際上女子兼內外而治。男子不過總其成而已。此已往之中國婦女。未來者非敢預料、而

現今之女界同胞

即一反其本來態度。自由平等的聲浪。天天掛在嘴上嚷。自由平等的真義。十有九莫名其妙。這倒還罷了。談到職業上去唉。她們的話匣兒開了。什麼男子把持呀。男子壓迫呀。社會不良呀。環境束縛呀。不說自已懶。反說他人怠。不怪自己是寄生草。反說他人是馬牛。總之一言難盡。祇是那德國香水。法國脂粉。印度綢。花旗緞。履聲咯咯。香風習習。妙人兒原來如此。織布嗎。紡紗嗎。飼蠶嗎、理蔴嗎。這豈不妨礙坐汽車喫大菜。看電影。會情人的功夫麼。那可辦不到。管他什麼職業不職業。橫豎有人供給我揮霍就是了。

女朋友們

倘你們把這『蠶飢妾欲去』一句唐詩。翻來覆去仔仔細細一讀一想。會情人不要緊。就是情人在面前談話也不打緊。昨天的桑葉喫完了。今天的桑葉倘再回去遲些。蠶子豈不要餓死。回去吧。明朝會。

這種小事都辦不到嗎

金價太漲。銀價日低。
舶來貨品。較前加倍。
此種機會。切莫錯過。
提倡國產。即是其時。
婦女責任。多麼重大。
家庭主宰。社會生命。
摒棄奢華。不用外貨。
崇尚儉樸。布衣蔬食。
金價越漲。外貨趣高。
自己精華。勿向外淘。
人人如此。邦家之光。
姊姊妹妹。思量思量。

蕾瑞英女醫師

□零縑片玉□

□在遠處聽不見人說話或演說時。只須用手掌立在耳後。即可聽見。

□若要測出穿衣鏡之厚薄。只須用手或筆桿。觸在鏡上。看其與反照物之距離若何。即可測出。

□雞鴨所生之卵。若軟者。只須以石灰質之物。如貝殼等、鍾碎而紛雜於飼養料中。餵之則不致。（林文璇）

□小常識（允諧）

金器轉新用撲面之粉。置絨布上用力擦之。銀器轉新用軟刷浸溼。粘牙粉擦之。清水洗之。真珠反新用孛薺一隻。破開擦之。用燈草吸乾。即亮如新。防鐵銹法鐵器用後。放於乾燥處。或用乾布揩乾。治凍瘡用陳酒或高粱酒塗瘡上。使血流通。觸電急救急使患臥於空氣流通處。解除衣帶等。用冷水灑頭上。乾巨布擦四肢。使血液流通。

閨秀影集

△林澤蒼編　△攝影畫報發行

彙集素負盛名高貴莊嚴閨秀百三十八位附有簡短小史以應女男之需要

攝影畫報為中國唯一有趣味有價值之美術刊物。又以宗旨純正陳義高超。且圖文極合女子之心理。尤為閨秀所愛閱。故得全國婦女界之信任與贊助。五年來承賜閨秀照片不知其數。刊出者亦屬不少。惜東鱗西爪。未能成為整個之女子刊物。並應婦女界之要求特精選五年中素負盛名高貴莊嚴之閨秀百三十八位。刊人本集并附簡短小史用活體字上等銅版紙棕色墨精印。高十寸闊七寸。湖色皮面。封面用金兩色燙金。精美絕倫每冊特價「精裝」二元一角。「華裝」三元五元。掛號寄費加二角。

作為禮品投贈尤宜

重訂業已出版

上海南京路五十六號　攝影畫報器